

DANSK HANDICAP FORBUND

# AALBORG



# RG

Aalborg og Jammerbugt kommuner



# Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse.....	side 3
Kære medlemmer .....	side 5
Bustur til Tyskland .....	side 7
Dilletant .....	side 9
Generalforsamling .....	side 9
Grillaften .....	side 13
Tirsdagsklub .....	side 14
Nyt fra Hovedbestyrelsen.....	side 15
Sommerhusene i Hals.....	side 15
Aktivitetsskalender .....	side 17
Forenings-el.....	side 18
Godhavnsdrene kommer til Vrå .....	side 19
Vest bringer balance .....	side 20
Informationer.....	side 22
Bestyrelseslisten .....	side 23

**Ønsker du bladet på CD?**

Skriv til [bestyrelsen@dhf-aalborg.dk](mailto:bestyrelsen@dhf-aalborg.dk)

*Forsidefoto:*

*Sommerhuse i Hals - foto: Fotografisk Værksted*

*Fotos i bladet:*

*Eva Pedersen og Kirsten Kjølbj*

# Kære medlemmer

Endelig ser det ud til at vejrguderne er kommet i forårsstemning. De har måske læst sidste nummer af dette blad, og set vi havde generalforsamling den 15. marts (et stensikkert forårstegn).

Det var en generalforsamling helt uden overraskelser. Jeg kunne dog godt ønske mig, at flere af vores medlemmer dukkede op. Om ikke andet, så for at få noget at spise. Nå måske skal jeg ikke klage. I nogle af de andre lokalafdelinger var det stort set kun bestyrelsen, der kom til generalforsamlingerne.

I år var der udskiftning på en enkelt plads i bestyrelsen. Maria Juul genopstillede ikke, og i stedet blev Ib Lenno Andersen valgt som suppleant.

Tak til Maria for indsatsen og velkommen til Ib – Jeg håber ikke vi kommer til at skræmme livet af dig.

Vi har efterhånden afviklet alle de planlagte aktiviteter for første halvår, kun vores bus-/indkøbstur til Tyskland mangler. Du kan stadig nå at tilmelde dig – se nærmere inde i bladet.

Med disse ord, vil jeg ønske rigtig god sommer til alle. Jeg håber vis ses til et af vores arrangementer.

*Peter*



# Bustur til Tyskland

**Tirsdag den 13. juni**

Har vi hyret Olesens Busser til en herlig indkøbstur til Tyskland.

Afgang fra parkeringspladsen ved Lejbjergcentret kl. 9.00.

Forventet hjemkomst kl. 20.00.

Undervejs gør vi holdt og spiser middag.

**Pris for hele herligheden inklusive middag**

**kun 200 kr. for medlemmer.**

**Ikke medlemmer 300 kr.**

Der er plads til ca. 35 deltagere.

**Tilmelding senest fredag den 2. juni til:**

Eva tlf. 23 25 06 77, email: [evacop53@gmail.com](mailto:evacop53@gmail.com)

Peter tlf. 29 93 12 62, email: [pk.tranum@gmail.com](mailto:pk.tranum@gmail.com)

**Indbetaling af beløbet til vores bankkonto**

**reg.nr: 7442 kontonr: 1030862**



# Dilletant den 5. april 2017

## »Balladen i Brugsen«

Vi har igen været ude at se revy i øster Uttrup forsamlingshus og som er blevet en af vores faste traditioner.

I år hed revyen »Ballade i brugsen«.

I år var vi 37 tilmeldte som kom med et godt humør og en god forventning til stykket.

Efter at der var blevet budt velkommen fik vi en dejlig middag som Ester havde forberedt og som bestod af flæskesteg med alt tilbehør.

Efter en god middag kom instruktøren og fortalte om revyen som var skrevet af Marianne Hesselholt og hvad vi kunne opleve.

Selve stykket handlede om en ung professor der havde gjort en ung pige gravid og som som var flygtet til en lille by hvor han troede han kunne være i fred og ro, samt alle de forviklinger der kan opstå i sådan en situation.

I pausen fik vi kaffe og lagkage og der blev talt meget om revyen af første akt og hvor efter så vi anden akt.

Efter stykkets afslutning var vi glade og beriget med en god oplevelse og masse af hygge og snak med de dilletterter som havde opført stykket.

En rigtig god aften i alles samvær.

*Eva og Kirsten*

---

## Generalforsamling

**onsdag den 15. marts 2017 på Lejbjergcentret**

Der var mødt 25 stemmeberettigede medlemmer op. Som sædvanlig begyndte vi med fælles spisning, hvorefter vi gik over til selve generalforsamlingen.

### Referat

**1. Valg af dirigent:** Carl Ove Pedersen

**2. Valg af referent:** Kirsten Kjølbj

**3. Valg af stemmetællere:** Therese, Jette og Kirsten

### 4. Formandens beretning

Det foregående år, har været et år uden store

overraskelser i Dansk Handicap Forbund Aalborg.

Vi har afholdt en række arrangementer

- Øster Uttrup Dilletterterne
- 85 års jubilæumsfest i maj på Shell Motel i Støvring
- Sommerbanko i juni
- Grillaften den 2. august
- »Bustur« til Nordsøen Oceanarium
- Juleafslutning med FOA Koret
- Julefrokost den 1. december
- Julebanko
- Tirsdagsklub

For at det kan lade sig gøre at holde disse arrangementer, er der jo en del forberedelse.



Der har været en række bestyrelsesmøder, og derudover har de, der var ansvarlige for arrangementet lagt et kæmpe arbejde i forberedelsen.

Derfor er det jo lidt skuffende, at der generelt er ringe tilslutning, men det må jo være et tegn på, at det er de forkerte ting vi planlægger.

Derfor ville det også være rigtig rart, hvis bestyrelsen fik nogle konkrete forslag til aktiviteter. F.eks. råder vi jo over Lejbjerg centret hver tirsdag aften, og der er masser af ledig plads. Det er ikke altid tingene kommer af sig selv ligesom i fjernsynet. Nogen gange må man selv være aktiv.

Ud over arrangementerne står DHF Aalborg også for mange andre ting.

- Der udsendes 4 medlemsblade om året. Der bliver brugt meget tid på redigeringen, men vi mangler nogen ideer til indhold. Bladet bliver noget tyndt, hvis det kun er det sædvanlige, der skrives om.

- Vi har en fin hjemmeside som Thomas bestyrer. Jeg tror dog han bliver glad, hvis han får nogle input til siden.

- Vi har en FB profil som er flittigt besøgt. Derudover er jeg administrator på en landsdækkende DHF FBside som er særdeles aktiv. Den omhandler alt, der vedrører handicap (nyheder, blogs og m.m.).

- Administrationen af afdelingen kræver også sin kvinde. Der Det er primært Ann der står for det, og hun har sit hyr med bestyrelsen (især mig) for at få det til at hænge sammen.

- Vi er stadig 3 fra bestyrelsen, der er aktive som bisiddere for DHF. Med den politik der føres i kommunerne, har vi ikke været arbejdsløse, og vi bliver det nok ikke fremover (desværre)

- Regionsarbejdet tager også tid, især da Willy er on/Of sygemeldt.

## Handicappolitisk

- DHF Aalborg er også repræsenteret i DH. Jeg varetager arbejdet i Jammerbugt, både som medlem af FU i DH Jammerbugt og som medlem af Handicaprådet. Christian er vores repræsentant i DH Aalborg. På det seneste årsmøde her, blev han valgt ind i FU, og jeg håber og tror på at vi også i Aalborg kan få en plads i Handicaprådet efter det kommende kommunevalg.
- Vi har deltaget i diverse seminarer og møder
- Besvaret rigtig mange henvendelser fra presse og andre.

Til sidst vil jeg takke mine bestyrelseskolleger for jeres indsats. Det er en fornøjelse at få lov til at være sammen med jer. I er med til at gøre DHF Aalborg til en respekteret repræsentant for handicappede mennesker.

Også tak til vores medlemmer for deres opbakning. Det er altid en fornøjelse, når en af jer ringer og bruger al strømmen på min telefon.

*Peter*

Peters beretning blev godkendt.

**5. Regnskab.** Ann læste regnskabet op. Vi havde et fint overskud. Regnskabet blev godkendt.

**6. Indkomne forslag.** Der var ikke kommet nogen.

## 7. Fremtidigt arbejde.

Der blev spurgt om vi ikke kunne være bedre til at vise og orienterer os ud af til.

Der skulle laves lidt flere foredrag.

Peter har noget i støbeskeen omkring et foredrag om Cannabis som medicinsk behandling. Det vil blive offentliggjort når det er klar.

Bedre tilgængelighed.

## 8. Valg af bestyrelse

**1) Valg af kasserer** Ann blev genvalgt.

**2) Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer** - På valg er: Thomas og Kirsten.  
Kirsten og Thomas blev genvalgt.



### 3) Valg af suppleanter

Christian og Ib blev valgt.

### 9. Orientering fra regionsrepræsentanterne

Willy har været en del syg så derfor har Peter måttet tage til generalforsamlingerne i Region Nord.

Willy Øgaard står for udlejningen af sommerhusene i Hals.

Willy Øgaard er repræsentant i BTU (Bygge- og trafikpolitisk udvalg). Og Christian er i repræsentant i U- landsudvalget.

Fremover følger kontingentet den mdr. man er meldt ind.

### 10. Eventuelt;

Kirsten oplyste at man kunne bestille sine varer over nettet når vi skulle til Tyskland.

Kirsten undersøger hvilken butik vi skal til på vores tysklandstur.

Carl Ove Pedersen afsluttede generalforsamlingen med tak for god ro og orden.

## Grillaften

### Vi tænder op i grillen

Tirsdag den 1. august kl. 18.00 - 21.30

På Lejbjergcentret

Vi har aftalt med guderne, at der er godt vejr denne dag, så der er ingen grund til at blive hjemme.

Pris 50 kr. pr. deltager.

Tilmelding senest  
fredag den 28. juli til:

Eva, tlf. 23 25 06 77,  
email: [evacop53@gmail.com](mailto:evacop53@gmail.com)

Peter, tlf. 29 93 12 62,  
email: [pk.tranum@gmail.com](mailto:pk.tranum@gmail.com)





# Tirsdagsklub

på Lejbjergcentret / Aftenskole

Vi starter Tirsdagsklub og undervisning tirsdag den 5. september 2017.

Tilmelding til: Peter Klitgaard tlf. 29 93 12 62 eller mail: pk.tranum@gmail.com

## Computer for alle

Forbinder du en »mus« med alt andet end en computer?

Er du usikker på, hvad du skal gøre med computeren, når du har tændt den?

Kan du overhovedet tænde en computer?

Føler du dig hægtet af, når nogen snakker om at finde noget på nettet?

Bliver du usikker, hvis nogen spørger efter din e-mail adresse, fordi du ikke ved, hvordan man opretter og administrerer sådan en?

Giver ord som Nem ID, digital post, netbank og internet dig sved på panden?

Hvis du kan sige ja til bare et enkelt af disse spørgsmål, er vores IT kursus en god mulighed for at komme godt i gang under kyndig vejledning af vores underviser Jussi Schmidt-Sørensen.

Jussi har stor erfaring fra mange års aftenskoleundervisning.

Der er computere på stedet, men hvis du har din egen bærbare, er det en god ide at medbringe den. Det er jo den du skal bruge derhjemme.

**Pris: Ca. 625 kr. for 12 gange fra kl. 19 til 21.**

## Vandgymnastik

Det er lækkert, det er dejligt – og så er det rigtig sundt.

Du føler dig vægtløs i det varme vand.

Vandet holder dig oppe og giver dig en blid modstand, mens du bevæger dig.

Netop derfor er træningen både tilpas skånsom og super effektiv. Vandet inviterer din krop til at bevæge sig som en helhed, og du har det fantastisk bagefter.

Alle kan bunde i Lejbjergcentrets bassin, så du behøver ikke at kunne svømme.

Der vil være mulighed for lettere assistance til af- og påklædning, men har du behov for megen hjælp, skal du medbringe egen hjælper.

**Pris: Ca. 625 kr. for 12 gange fra kl 18 til ca. 19.30.**

## Skindarbejde/håndarbejde

Her kan du udleve dine kreative evner med nål og tråd, garn, stof og læder.

Holdet producerer alverdens nyttige sager, kun din fantasi sætter grænsen.

Du må påregne udgifter til materialer.

**Pris: Ca. 625 kr. for 12 gange fra kl. 19 til 21.**

# Nyt fra Hovedbestyrelsen

På sidste hovedbestyrelsesmøde, blev det besluttet at ændre i den måde, man indbetaler kontingent til Dansk Handicap Forbund.

Kontingentsatsen vil være uændret i 2017 – 310 kr. for enkeltmedlemskab og 465 kr. for par-/familiemedlemskab.

Kontingentopkrævningen ændres så nye medlemmer fra 2017 opkræves for et års medlem-

skab ved indmeldelse. Der vil derfor ikke være  $\frac{1}{2}$  og  $\frac{1}{4}$  kontingentsatser.

Alle »gamle« medlemskaber vil stadig blive opkrævet i januar med betaling i februar, men nye medlemskaber løber fra den måned, de indmeldes, og et år frem.

Peter

---

## Hals sommerhusene

### udlejes hele året

I natursmukke omgivelser i Nordjylland tæt på Limfjorden, skov og strand ligger Dansk Handicap Forbunds fire sommerhuse. Husene er bygget og indrettet specielt med henblik på, at personer med bevægelseshandicap kan holde ferie der.

Husene har fem sovepladser fordelt på to soveværelse og en stue. Husene ligger samlet på et større grundareal og har en stor, fælles have. Hvert enkelt hus har desuden egne terrasser og havearealer.

Husene egner sig både til storfamilien, der ønsker at leje alle fire huse på en gang, og til den enkelte, der ønsker at komme væk hjemmefra i en kortere eller længere periode.

Husene er sidste blevet lysnet indvendigt og malet udvendigt samt fået indlagt trådløst netværk og kabel tv.

Husene kan lejes med fortrinsret af medlemmer af Dansk Handicap Forbund, de øvrige

Nordiske landes handicapforbund, det tyske handicap forbund og af andre forbund/foreninger under Danske Handicaporganisationer. De kan også lejes af venner og støtter til foreningen samt af private.

Kontakt Willy Øgaard på tlf. 22 96 93 80 eller på mail [willyoegaard@stofanet.dk](mailto:willyoegaard@stofanet.dk) for at høre nærmere om priser tidspunkter og bestil et sommerhus til ferien.

*Billederne er taget af Fotografisk Værksted*



# Aktivitetskalender

**2017**

## **Juni**

Tirsdag d. 13. juni

Bustur til Tyskland (se annonce)

## **Juli**

Sommerferie

## **August**

Tirsdag d. 1. august

kl. 19.00-21.30

Sommergrill

## **September**

Tirsdag d. 5. september

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub opstart

Tirsdag d. 12. september

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 19. september

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 26. september

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

## **Oktober**

Tirsdag d. 3. oktober

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 10. oktober

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 17. oktober

Efterårsferie

Tirsdag d. 24. oktober

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 31. oktober

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

## **November**

Tirsdag d. 7. november

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 14. november

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 21. november

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

Tirsdag d. 28. november

kl. 19.00-21.30

Tirsdagsklub

## **December**

Tirsdag d. 5. december

kl. 18.00-21.00

Julebanko

Tirsdag d. 12. december

kl. 18.00-21.30

Julefrokost

**Hvor intet andet er nævnt foregår aktiviteten på Lejbjergcentret.  
De medlemmer, der er tilmeldt bevægelse i varmt vand, møder kl. 18.00**

**Programmet er foreløbigt, og kan ændres.**

**Hold øje med vores hjemmeside [www.dhf-aalborg.dk](http://www.dhf-aalborg.dk)  
for aktuelle oplysninger om aktiviteter!**

**Har du en god ide om en aktivitet, vil bestyrelsen rigtig gerne høre om det.**

# Køb forenings-el og støt DHF Aalborg

For et par år siden tilmeldte vi os som Forenings Partner hos Energi Nord.

Det betyder, at du via dit strømforbrug kan støtte DHF Aalborg, hvis du tilmelder din husstand til ForeningsEl.

Du betaler ikke mere for strømmen, men Energi Nord giver os 2 øre pr. kWh du bruger.

Det er ikke meget (mellem 50 og 80 kr. årligt pr husstand) men gav os alligevel 2028 kr. i 2013. - Penge der er god brug for.

Vi skulle meget gerne have det beløb til at blive større – udgifterne til arrangementer bliver jo ikke mindre.

Man behøver ikke være husejer, for at tilslutte sig ForeningsEl, det er for alle husstande.

Tilmeldingen er særdeles enkel. Man går blot ind på hjemmesiden [www.dhf-aalborg.dk](http://www.dhf-aalborg.dk) og følger linket »Forenings-el« på forsiden.

Hvis du ikke har adgang til internet, eller ikke er tryk ved at tilmelde dig her, kan du kontakte vores kasserer Ann de Place på tlf. 22 40 18 64. Hun vil hellere end gerne hjælpe dig.

Du kunne jo også opfordre familie og venner til at tilslutte sig ForeningsEl, og derved støtte det gode formål.

*Peter*



# GODHAVNSDRENGENE KOMMER TIL VRÅ

Dansk Handicap Forbund  
NordVest afdeling  
arrangerer denne forrygende aften

#### PROGRAM

kl. 17.30 - 18.30 Buffet  
kl. 18.30 - 19.00 Pause  
kl. 19.00 - 20.30 Foredrag  
kl. 20.30 - ? Kaffe, kage  
+ spørgerunde

SPÆNDENDE FOREDRAG AF DRENGENE BAG FILMEN

## “DER KOMMER EN DAG”

Idrætscenter Vendsyssel  
Stadionvej 17 · 9760 Vrå

## TIRSDAG DEN 30. MAJ 2017



DANSK  
HANDICAP FORBUND

Oplys ved tilmelding om du er  
medlem af Dansk Handicap Forbund  
og få fratrukket

**KR. 25,- I RABAT**

PRIS  
incl. buffet  
**250,-**

Foredrag, kaffe og kage  
**150,-**

ANNONCESPONSOR:



SPAREKASSEN  
**Vendsyssel**

ØVRIGE SPONSORER:



IDRÆTSCENTER  
**Vendsyssel**

**Vestergaards**  
- en verden af trykninger

Tilmelding: Jørgen Hassing · Tlf. 60 83 08 31 · Først til mølle princippet, dog senest den 29. maj kl. 12  
Betaling: Til kontonr. 9070-1623836866

# Vest bringer balance

**Et nyt hjælpemiddel har set dagens lys og FysioDanmark Arkadens Fysioterapi er blandt landets første certificerede fysioterapeuter på området.**

Over 100.000 danskere lider af forskellige årsager af balanceproblemer i større eller mindre grad.

I USA har en neurologisk fysioterapeut, Cindy Gibson-Horn, opfundet BalanceWear, en vest med indsyede vægte, der kan hjælpe en lang række personer med balanceproblemer.

Efter et intensivt udviklingsarbejde over de seneste 15 år, kan man langt om længe få vesten i Danmark, hvor bl.a. FysioDanmark Arkadens Fysioterapi er blevet certificeret som forhandler af BalanceWear®.

Belinda, der har haft den kroniske sygdom multipel sclerose de sidste 11 år, har prøvet vesten.

»Da jeg hørte om vesten, tænkte jeg: Hmm det lyder ikke særlig sandsynligt, at lidt vægte hist og her kan hjælpe mig,« fortæller Belinda og fortsætter:

»Men jeg blev hurtigt klogere, efter kort tid med vesten, kunne jeg løbe igen. Jeg ved ikke, hvor pænt det så ud. Men jeg kunne løbe igen for første gang i mange år – jeg havde jo nærmest glemt, hvordan det føltes at løbe. Tænk, at min stive robotkrop faktisk kunne det. Så jeg er meget stor fan af vesten, som du nok kan høre, fordi den har virkelig ændret mit liv,« griner Belinda.

Da Belinda fik vesten på, kunne hun i løbet af 30 minutter gå op og ned ad trapper uden at kigge ned. Og for Belinda, som for mange andre brugere af vesten, er der en langtidsvirkende effekt, så selv en hel uge efter, at Belinda havde prøvet vesten, var der stadig en positiv effekt. Hos fysioterapeuterne oplevede Belinda også en patient med ataksi, som er en sygdom, der



giver svære koordinationsproblemer, prøve vesten. »Det var helt vildt at se, hvordan personen fik vesten på, og gav slip fra rollatoren. Koordinationsproblemerne forsvandt næsten med det samme,« siger Belinda.

For Belinda betyder vesten også, at det er blevet lettere at gemme sygdommen væk for offentligheden, når hun ønsker det. »Vesten er jo let at skjule under en trøje, så jeg ikke skiller mig ud, når jeg går på gaden. Af og til tager jeg også bare vesten på, selv om folk kan se den. Nogle kigger lidt nysgerrigt på mig, men på en helt anden måde end de blikke, jeg var vant til at få før, når jeg kom gående,« fortæller Belinda.

Belinda, der har 480 gram vægte fordelt i vesten omkring lænden, nakken og højre side af kroppen, bruger vesten ca. hver anden dag, men den er altid med, når hun er ude at gå.

»Selv uden vesten er min balance nu blevet bedre. Vesten er jo et hjælpemiddel, som virkelig kan noget modsat krykker, rollator eller en kørestol. De er fine hjælpemidler, men de gør jo ikke noget aktivt for mig. En kørestol er jo svær at komme op fra igen, når man først sidder der,« forklarer Belinda.

Fysioterapeut Birgitte Bartholomæussen fra FysioDanmark Arkadens Fysioterapi uddyber:

»Vi har set BalanceWear-vesten give nogle ret markante forbedringer for patienter med balanceproblemer. Patienter, der med vesten igen kan gå uden hjælp, kan gå på trapper eller udføre dagligdagsaktiviteter som at tage tøj på uden andres hjælp«.

I forhold til andre hjælpemidler vi har set, er vi imponerede over den øjeblikkelige effekt.

Vi laver altid en test på klinikken eller hjemme

---

hos patienten for at se om vesten har den ønskede effekt, og får derefter skræddersyet en vest til patienten, så den passer præcist til den enkeltes behov.

***Vesten er godkendt som hjælpemiddel, og kan bevilges af din kommune.***

# Informationer

## Klub og holdundervisning

Det fremgår af aktivitetskalenderen hvilke tirsdage vi tilbyder klub og undervisning. Klubadressen er: Lejbjergcentret, Sonjavej 2, 9000 Aalborg. Lejbjergcentret er tilgængeligt for alle!

Har du spørgsmål om undervisning, kontakt Peter Klitgaard. E-mail: pk.tranum@gmail.com, tlf. 29 93 12 62

## Tirsdagsklubbens kørselsordning

Du kan blive tilmeldt kørselsordningen ved henvendelse til:

Peter Klitgaard ☎ 2993 1262 eller

Thomas Pedersen ☎ 2077 0666.

Husk, at bestille din kørsel hos NT, mellem kl. 07.00 og 20.00 på ☎ 9934 1134.

## Hjælpere og ledsagere

Medlemmer, der har hjælperordning (BPA), er visiteret til ledsagerordning eller har ledsagerkort kan medtage hjælpere/nødvendige ledsagere til ½ pris til afdelingens egne arrangementer.

## Indlæg til lokalbladet

Sendes til Peter Klitgaard,

e-mail: pk.tranum@gmail.com

## Deadline næste blad

18. august

## Udkommer

Uge 37 (ca.)

## www.dhf-aalborg.dk

Kommentarer og indlæg til hjemmesiden kan sendes til e-mail: webmaster@dhf-aalborg.dk.

## Hovedforbundet - Dansk Handicap Forbund

Blekinge Boulevard 2, 2630 Taastrup

☎ 3929 3555

E-mail: dhf@dhf-net.dk · www.dhf-net.dk

## Støt os via dit strømforbrug

Får du strøm fra Energi Nord, kan du støtte DHF Aalborg via dit strømforbrug - du betaler ikke mere for strømmen, men Energi Nord giver os 2 øre pr. kWh du bruger.

Tilmelding på: [www.foreningsel.dk](http://www.foreningsel.dk), anfør du vil støtte Dansk Handicap Forbund Aalborg afdeling eller via linket på vores hjemmeside [www.dhf-aalborg.dk](http://www.dhf-aalborg.dk).

## Bisiddertjeneste

Har du svært ved at tackle mødet med din kommunale sagsbehandler? DHF har bisiddere, der kan støtte dig. Kontakt hovedforbundet hvis du ønsker støtte fra en bisidder.

## Rådgivningsteam

Er der knas i din sag? DHFs rådgivningsteam kan vejlede dig om dine pligter og rettigheder vedr. sociale ydelser. Kontakt hovedforbundet hvis du ønsker hjælp fra rådgivningsteamet.

## Skal du flytte?

Husk, at give os din nye adresse hvis du flytter! Postvæsenet eftersender kun post i få måneder, derfor er det meget vigtigt, at du husker at give os besked ved flytning.



# Bestyrelseslisten

## Formand

### Peter Klitgaard

Ørnevej 19 . Tranum  
9460 Brovst  
Tlf. 29 93 12 62  
pk.tranum@gmail.com

## Næstformand

### Kirsten Kjølby

Brohusgade 3B th.  
9000 Aalborg  
Mobil 60 63 25 08  
kiskjolby@gmail.com

## Kasserer

### Ann de Place

Kayerødsgade 6, 2.  
9000 Aalborg  
Mobil 22 40 18 64  
ann@trijes.dk

## Bestyrelsesmedlem

### Eva Grøn Pedersen

Caprifolievej 13  
9440 Aabybro  
Tlf. 98 27 22 17  
Mobil 23 25 06 77  
evacop53@gmail.com

## Bestyrelsesmedlem

### Thomas Pedersen

Stationsmestervej 3, 1. lejl. 23  
9200 Aalborg SV  
Tlf. 20 77 06 66  
spasser1957@gmail.com

## Bestyrelsesmedlem

### Jette Abildgaard

Sjællandsvej 8A  
9230 Svenstrup  
Tlf. 98 38 05 82  
Mobil 60 73 05 82  
abildgaard@gvddnet.dk

## Bestyrelsesmedlem

### Anette Jensen

Vilsundvej 86  
9220 Aalborg Ø  
Mobil 31 55 73 37  
anettejensen@hotmail.dk

## 1. suppleant

### Ib Lenno Andersen

Umanakvej 34  
9210 Aalborg SØ  
Mobil 27 20 12 85  
iblennoandersen@stofanet.dk

## 2. suppleant

### Christian Sørensen

Dannerhøj 109  
9210 Aalborg SØ  
Mobil 51 24 99 83  
chr@ryk.dk

